Muistisairaan kohtaaminen

Neuvoja hyvään kohtaamiseen



muisti. Pohjois-Savon Muisti ry

Muistisairaus tuo mukanaan monenlaisia muutoksia vuorovaikutukseen, ja joskus se voi tuntua haasteelliselta. Vuorovaikutus muuttaa muotoaan ja totutut roolit voivat mennä uusiksi.

Kommunikaatiota helpottaa muistisairauden oireiden ymmärtäminen. On myös hyvä muistaa, että vaikka muistisairaus muuttaa ihmistä, on hän yhä kaikkine ominaisuuksineen ja elämänhistorioineen olemassa.

Seuraavat neuvot on hyvä pitää mielessä muistisairasta kohdatessa.



Arvosta

Muistisairauden edetessä ihmisen käytös ja olemus muuttuvat. Läheiselle tämä voi olla vaikeaa hyväksyä. Siitä huolimatta sairastunut on kohdattava arvostaen.
Muistisairaan käyttäytyminen saattaa esimerkiksi sisältää lapsenomaisia piirteitä. On kuitenkin tärkeää muistaa puhua hänelle kuin aikuinen aikuiselle: Katso silmiin ja käytä rauhallista, selkeää ja arvostavaa puhetapaa.

Hyödynnä tunteita

Tunteisiin liittyvät aivojen osat sijaitsevat syvällä suojassa aivojen keskiosassa, jolloin muistisairaus ei pääse vahingoittamaan tunteisiin liittyviä osa-alueita. Näin ollen muistisairaan tunnemuisti säilyy pitkään sairaudesta huolimatta.
Mukavan lauluhetken jälkeen sairastunut ei välttämättä muista mistä hyvä mieli tuli, mutta merkityksellisestä hetkestä jäänyt mielihyvän tunne saattaa jättää hänen tunnemuistiinsa pitkäänkin säilyvän positiivisen jäljen.
Jos muistisairaalla on negatiivinen tunnetila, esimerkiksi vaatteiden pukeminen voi mennä väittelyksi. Yritä vaikuttaa hänen tunteisiinsa esimerkiksi laulamalla tai juttelemalla hänelle mieleisestä puheenaiheesta. Positiivisella mielellä arkiaskareiden tekeminen käy helpommin.
Muistisairas aistii herkästi tunnetiloja ja ympäristön ilmapiirin. Kiinnitä huomiota omaan kiireettömään ja myönteiseen asenteeseesi.

Tulkitse tunteita

Muistisairaan tunteet voivat vaihdella useasti ja ääripäistä ääripäihin. Tunteet voivat myös purkautua ulos hallitsemattomasti. Vuorovaikutusta voi edistää virittäytymällä samaan tunnetilaan sairastuneen kanssa. Voit myös sanoittaa hänen tunnetilaansa, jonka tulkitsemiseen hän voi tarvita apua.
Tunteet, jotka on saatu ilmaistua luotettavan kuuntelijan tiedostamana ja arvostamana tasoittuvat. Negatiivisen tunteen hyväksyminen jo itsessään johtaa positiiviseen kokemukseen.

Unohda realiteetit

Vaikka muistisairas puhuisi asioita, jotka eivät pidä paikkaansa, älä kiellä ja korjaa niitä tai huolehdi puheiden todenmukaisuudesta. Sen sijaan kuuntele arvostavasti ja esitä jatkokysymyksiä.
Jos hän on lähdössä kotiin ja ajattelee siellä olevan vastassa äidin ja sisaruksia, kannattaa pohtia mistä tunnetilasta puheet kumpuavat. Usein tällaisessa tilanteessa sairastunut kokee olonsa turvattomaksi tai tylsistyneeksi. Silloin ei auta väittää, että äitisi on kuollut ja koti on myyty kauan sitten. Sen sijaan voit kysyä millainen kotisi on ja mitä tykkäsit tehdä äitisi kanssa? Voit myös sanoa, että juodaanpas sitä ennen kahvit, jolloin lähtö unohtuu.

Unohda pitkät valmistautumiset

Useimmiten ihmistä auttaa hyvissä ajoin saatu tieto ja valmistautuminen tulevaan tapahtumaan kuten parturiin tai sukujuhliin. Jos muistisairaalla on ongelmia lähtemisten kanssa, testaa ensi kerralla pitkän valmistautumisen sijaan “äkkilähtöä”. Jätä pitkät esivalmistelut kuten “Ensiviikolla menemme lääkäriin” pois. Voit omaisena valmistautua esimerkiksi lääkäriin lähtemiseen hyvissä ajoin katsomalla tavarat ja vaatteet valmiiksi, mutta kerro sairastuneelle tapahtumasta vasta lähdön hetkellä. Lähtöhetken tulee silti olla rauhallinen.
Jos lähteminen aiheuttaa edelleen kieltoreaktion, voit paloitella lähtemistä pienempiin osiin: “Kai me nyt ainakin takki puetaan. Kai me nyt ainakin autolla käydään katsomassa missä se lääkäri sijaitsee.” jne.

Puhu vaikkei vastaa

Muistisairaan puheen tuottaminen vaikeutuu sairauden edetessä. Hänellä on kuitenkin sanottavaa, tarpeita ja tunteita silloinkin, kun ne tulevat ulos hitaasti, epäselvästi tai epäjohdonmukaisesti. Aina sanoja ei tarvita, sillä joskus kosketus, lähellä olo tai ymmärtäväinen katse voivat riittää.

muisti.
luotsi
Pohjois-Savo

Pohjois-Savon Muistiluotsi

Kuopio: Lapinlinnankatu 2

Iisalmi: Yhdistystalo Vakka, Pohjolankatu 4

toimisto@psmuisti.fi

puh. 040 729 2314

psmuisti.fi

Lähteet:

- Muistiliitto/ Muistisairaan ihmisen kohtaaminen
- Attendo/ Muistisairaan kohtaaminen
- Memocate/ Validaatiomenetlmä